

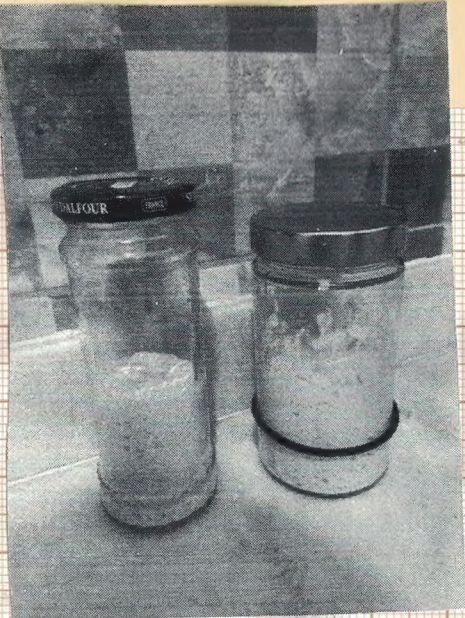
SON-POUR SON-POUR



a comunidade online do pão é muito ativa. e
que administram blog sobre isto. o processo
tempo mínimo de 1 semana para desenvolver
esperar em torno de 5-7 horas, e ho-
o fermento, depois a farinha e o
até o seu braço doer, nas primeiras
de 4 stretch-and-fold a cada
massa até dobrar o sustenta-
hora do shaping, o mais co-
cumbuca e modela ele
torção espiral interna
bowl com pano a
descansar por
forno o mais

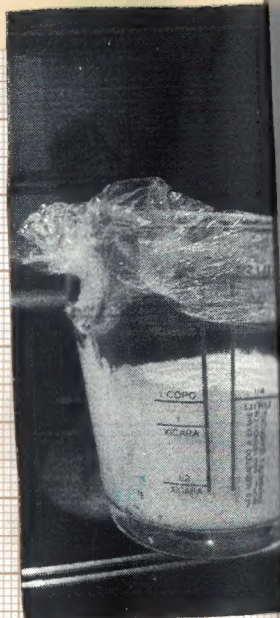
a devo todo que eu sei às mãos sábias
demora em torno de dois dias, fora o
1º fermento. depois de dois dias, fora o
2º de fazer a massa. primeiro se fermenta
sal. mistura tudo por uns 5 minutos
duas horas. depois se fermenta
meia hora. depois se fermenta
um vez quando é puxada a
plexo. você retira o pão do
de forma a criar uma
coloca o pão num
farinhado e deixa
duas horas. 30-40 min.
alto possível. 30-40 min.

1)



levain 1:1:1 6HRS

2)



4)



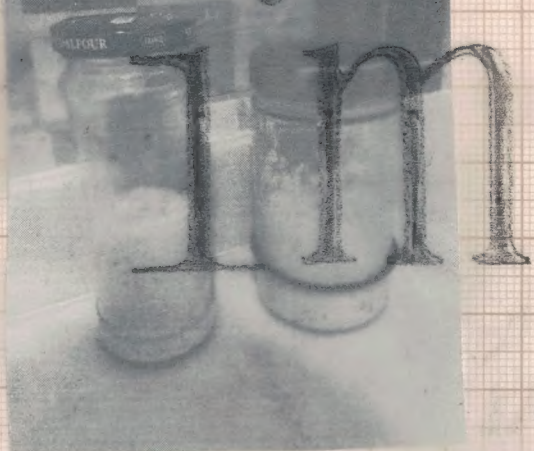
20:75:100

3)



→ 2HRS
CORTA A 50°

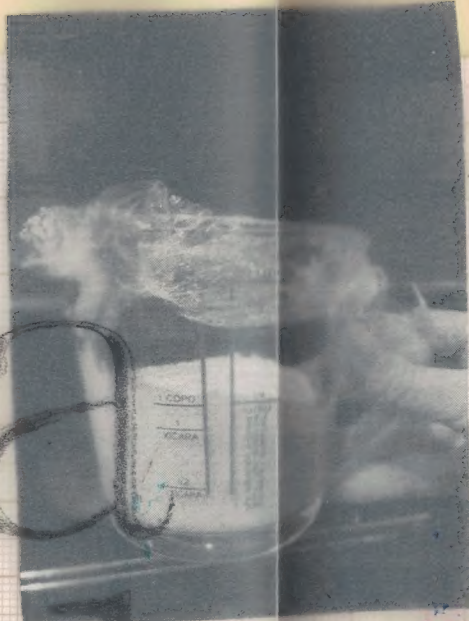
1)



levain 1:1:1 6HRS

2)

a



→ 6 HRS

5)



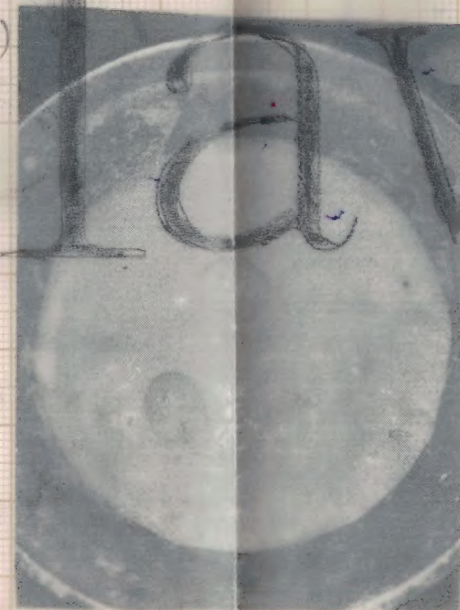
SHAPING
TARTINE

3)



4)

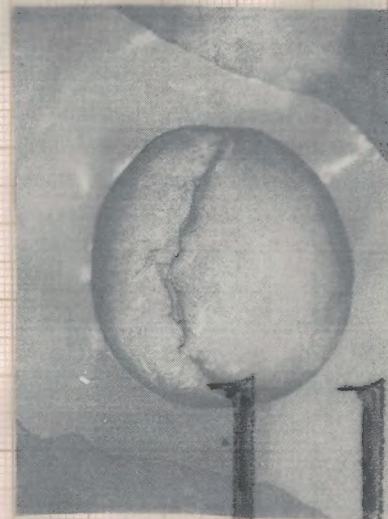
s



e

→ 10 HRS

4



→ 2 HRS
CORTÉ À 50°

u

20:75:100



LEVA 1:11 6 HRS



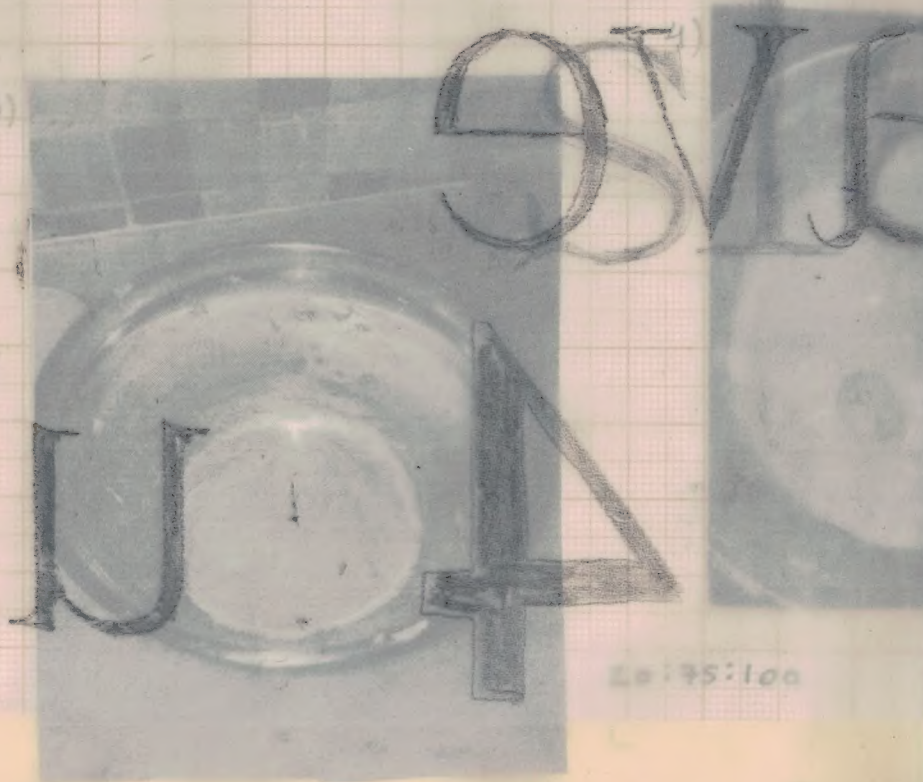
→ 6 HRS

5)



SHAPING
TARTINE

3)

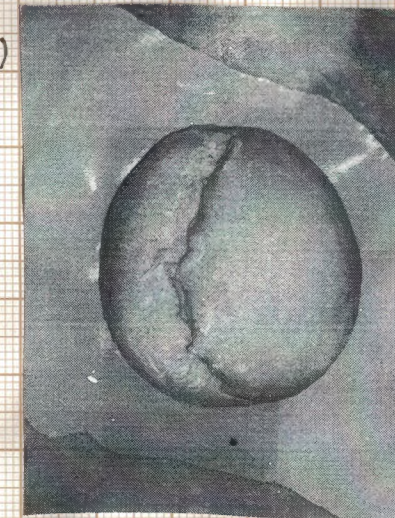


LEVA 1:11 6 HRS



→ 10 HRS

6)



→ 2 HRS
CORTE A 50°

